

# **Salud mental: Transformación desde la arquitectura hospitalaria, diseñando espacios para “La meditación como terapia alternativa”**

Trabajo de grado para optar por el título de arquitecta.

**CAMILA ALEJANDRA HERRERA HERRERA**

Revisor metodológico

**ARQ. FLOR ADRIANA PEDRAZA PACHECO**

Asesor de documento

**ARQ. MARIANA OSPINA ORTIZ.**

ASESORES DE DISEÑO

**ARQ. MARINA OSPINA ORTIZ.**

Diseño arquitectónico.

**ARQ. GLORIA SUSANA MARIÑO ROJAS**

Diseño Urbano.

**ARQ. LUIS EDUARDO JOYA HERNÁNDEZ**

Diseño constructivo.

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE COLOMBIA.**

**FACULTAD DE DISEÑO**

**PROGRAMA DE ARQUITECTURA**

**BOGOTÁ D.C.**

**2021**



## Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0)

This is a human-readable summary of (and not a substitute for) the [license](#). [Advertencia.](#)

### Usted es libre de:

**Compartir** — copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato

La licenciente no puede revocar estas libertades en tanto usted siga los términos de la licencia

### Bajo los siguientes términos:



**Atribución** — Usted debe dar [crédito de manera adecuada](#), brindar un enlace a la licencia, e [indicar si se han realizado cambios](#). Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo de la licenciente.



**NoComercial** — Usted no puede hacer uso del material con [propósitos comerciales](#).



**SinDerivadas** — Si [remezcla, transforma o crea a partir](#) del material, no podrá distribuir el material modificado.

**No hay restricciones adicionales** — No puede aplicar términos legales ni [medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otras a hacer cualquier uso permitido por la licencia](#).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>

## RESUMEN

El reconocimiento de las enfermedades mentales hoy en día, rompe con todo estereotipo de estigmatizar a la persona de “loca” o “peligrosa”, en cambio de ello, la ola de información que se ha incrementado en los últimos años, inculca un concepto más realista, donde las personas se sienten cada vez más identificadas con estos trastornos y es común ir en busca de profesionales (psicología y psiquiatría) que ayuden a mejorar la salud mental. Sin embargo, en Colombia son pocas las entidades de psiquiatría dedicadas a la hospitalización de los pacientes, la mayoría solo tienen consulta externa.

El proyecto “Gurú, salud y transformación” plantea un hospital psiquiátrico en Bogotá, especialmente para personas con trastornos mentales de personalidad, alimenticios, de ansiedad y depresión, las cuales requieren un tratamiento medicinal y complementario, a través de actividades alternas como lo es el Mindfulness. Esta, es una rama propia de la meditación que ayudará a los pacientes en su sanación y autocontrol. Por eso, “GÚRU” se refiere al personal médico y los instructores que aportarán sus conocimientos al ayudar a mejorar sus pacientes tanto física, como mentalmente. El diseño del proyecto parte de un claustro para generar relaciones internas más importantes, donde los pacientes enfoquen su atención en los jardines terapéuticos y el espacio de meditación, que proporcionarán una experiencia sensorial, de tranquilidad y concentración total al momento presente durante su estadía en este lugar.

Al estar cerca al río Tunjuelito, se propone la rehabilitación de este, para diseñar espacios públicos que potencien el acceso, las vistas y la interconexión parcial de los 4 proyectos en el lote. Generando relaciones espaciales urbano-arquitectónicas que aportaran tanto para los usuarios del hospital, como para las personas del contexto inmediato, un mayor confort.

**Palabras clave:** Diseño arquitectónico, hospital psiquiátrico, personalidad, recuperación, salud mental, terapia.

## Abstract

The recognition of mental illnesses nowadays, breaks with any stereotype of stigmatizing the person as "crazy" or "dangerous", instead, the wave of information that has been generated in recent years, instills a more realistic, where people feel more and more identified with these disorders and it is common to look for professionals (psychology and psychiatry) to help improve mental health. However, in Colombia there are few psychiatric entities dedicated to hospitalization of patients, most only have outpatient consultation. The project "Guru, health and transformation" proposes a psychiatric hospital in Bogotá, especially for people with mental disorders of personality, eating, anxiety and depression, which require a medicinal and complementary treatment, through alternative activities such as Mindfulness. This is a proper branch of meditation that will help patients in their healing and self-control. Therefore, the design of the project starts from a cloister to generate more important internal relationships, where patients focus their attention on the therapeutic gardens and the meditation space, which will provide a sensory experience, of tranquility and total concentration at the present moment during their stay in this place. Being close to the Tunjuelito river, it is proposed to rehabilitate it, to design public spaces that enhance access, views and partial interconnection of the 4 projects in the lot. Generating urban-architectural spatial relationships that will provide both hospital users and people in the immediate context, greater comfort.

**Key words:** Architectural design, mental hospital, personality, recovery, mental health, therapy.

## Contenido

1. <i>Introducción</i> .....	5
2. <i>Objetivos</i> .....	8
3. <i>Metodología</i> .....	11
4. <i>Determinantes de la composición</i> .....	14
5. <i>Resultados</i> .....	17
6. <i>Discusión</i> .....	32
7. <i>A modo de conclusiones</i> .....	34
8. <i>Agradecimientos</i> .....	39
9. <i>Referencias</i> .....	40

### 1. INTRODUCCIÓN

Este escrito está enfocado en el proyecto final de la facultad de arquitectura, siendo en décimo semestre de la Universidad Católica de Colombia, donde la concurrencia entre los tres diseños: Arquitectónico, urbano y constructivo, permitió la elaboración del diseño de un equipamiento de uso dotacional, específicamente en el área de salud, esto con el fin de profundizar en las problemáticas a las que se ve enfrentada hoy en día las instalaciones hospitalarias, los retos que debe afrontar el diseño de espacios para personas con trastornos mentales y otorgar su seguridad y adecuada recuperación.

El proyecto Gurú-Salud y transformación empieza de la búsqueda e investigación sobre la salud mental, para crear un concepto diferente de “hospital psiquiátrico” que pretenda ayudar a personas con trastornos mentales y brindar alternativas para evitar los problemas comunes que se dan en los centros de ayuda psiquiátrica existentes, como: mala infraestructura, espacios estrechos, ausencia de espacios para el personal, falta de vegetación y espacios al aire libre, poca iluminación y ventilación, etc. Para dar solución a estos aspectos, se determinaron desde un principio los siguientes trastornos mentales a tratar: Trastornos de depresión, trastornos alimenticios, trastornos de ansiedad y trastornos de personalidad. De esta forma

Vigilada Min. Educación

el diseño de los espacios y las relaciones urbanas estarán más asociadas a las necesidades particulares de estos pacientes.

“El valor terapéutico (y ojo, anti terapéutico) de los espacios arquitectónicos es palpable en estos casos. Hablamos de personas que están enfermas, que sufren y están asustadas. Estresadas. El entorno en el que se van a mover, ya sea por unas horas o durante meses de ingreso, debe ser agradable y contribuir a su curación. Desde luego, no lastrarla. Pocas veces se hacía en el pasado, por ejemplo, un estudio de colores en la arquitectura hospitalaria. La humanización y el bienestar han entrado como corrientes básicas en el hospital, y están aquí para quedarse.” (Arquitectura Hospitalaria 2021. Cuenca Montes. Cuenca Montes. 2021).

El lote del proyecto Gurú- Salud y transformación está ubicado en Bogotá, entre la Av. Boyacá con Av. Ciudad de Villavicencio en la parte sur del portal Tunal y diagonal al parque metropolitano del Tunal, limitando a su costado occidente con el río Tunjuelito una de las mayores determinantes a tener en cuenta en el diseño de espacio público. Siendo este un lote semi rural de 26,000 metros cuadrados, el principal problema urbano es la contaminación. Pues, en este caso el lote de intervención se encuentra cerca de la industria de curtiembre, que genera contaminación debido a los vertimientos en el río Tunjuelito cuando se realiza el proceso de transformación del cuero, lo que hace tener un aspecto más desagradable, descuidando la zona de manejo y preservación ambiental (ZMPA), y provocando áreas con alto riesgo de inundación, que posteriormente afectarán el ecosistema de fauna y los barrios aledaños al río por los olores que presenta.

Esto quiere suponer que el planteamiento no solo tendrá objetivos arquitectónicos, sino que además rehabilitará el espacio público para integrarlo al proyecto y formar un solo diseño. A través de una gran plazoleta de acceso con actividades sensoriales y vegetación, la idea es que el centro en esta plaza sea el

Vigilada Min. Educación

espacio común entre 4 proyectos de hospital implantados en el mismo lote, que mediante recorridos llegue al acceso de cada proyecto con diferentes énfasis cada uno (agua, animales, deportes y meditación).

También, hay otros factores que influyen en el diseño conjunto, como la contaminación auditiva dada por las dos avenidas principales, las cuales no tienen ningún control de mitigación, la falta de arborización sobre la franja de manejo y preservación ambiental lo cual impide consolidar el corredor ecológico, al igual rompe la relación paisaje y espacio público, estas partes no están debidamente articuladas con la ronda del río.

Según el arquitecto Luis Vidal puntero en edificios curativos: “Diseñar construcciones supone tomar una posición ética con respecto a las personas que van a habitarlo. Hacer una arquitectura para la gente supone tener en cuenta la luz, los materiales, el diseño, la acústica en la manera adecuada”. (Tiempo, C. (2021).

El tema de fondo es el bienestar de las personas, porque cuando hablamos de arquitectura curativa no aludimos sólo a clínicas y hospitales, sino también a aeropuertos, edificios de oficinas y por supuesto, viviendas. Hay que tener en cuenta que la luz y la ventilación son cuestiones esenciales para el equilibrio corporal y mental, y para que esto sea posible, hay que pensar en asuntos como la orientación del edificio, desde la concepción misma de los planos.” (Tavera, M. A. Revista Salud Coomeva, 2014)

Gurú, Salud y Transformación aspira ser un centro de ayuda psiquiátrica, que cambie la imagen errónea de los malos que pueden llegar a ser estos sitios para el tratamiento de las personas, la idea es tener una mejor relación entre las instalaciones y los pacientes. Y en vista del déficit de estos equipamientos en Colombia, ya que solo el 6,8% de los hospitales están destinados a la

Vigilada Min. Educación

salud mental, cuando en los últimos años las enfermedades mentales por depresión, por ejemplo, son de las más comunes. Se piensa responder con premisas de diseño a espacios que velen por la seguridad, dignidad y tranquilidad de los pacientes.

El objetivo pone las problemáticas como interrogantes para dar solución a través del diseño en conjunto: ¿Cómo generará una conexión el contexto con el objeto arquitectónico? ¿Qué soluciones dará el diseño urbano en conjunto? ¿El Centro psiquiátrico qué beneficios va a traer a los habitantes del contexto inmediato? ¿Cómo se plantea el recorrido ecológico y la articulación con espacios de permanencia? ¿Cómo se recuperará el río Tunjuelito?

## Hipótesis

¿De qué forma los espacios Mindfulness contribuirán al proceso terapéutico de pacientes con trastornos mentales? Proponer un lugar de meditación es la terapia que complementará los procesos psicológicos y medicados del paciente, así se incentivarán otras actividades de distracción y de autocontrol que aumentará el bienestar de cada uno.

## 2. OBJETIVOS

### Objetivo general

El objetivo principal es diseñar espacios amplios y contemplativos que influyan en el estado mental del paciente, al brindarles confort y bienestar mediante la percepción de los sentidos, enfocándose en la meditación como terapia alterna que además caracterizará una versión distinta de hospital. La búsqueda



de crear un equilibrio entre el control de un hospital y la tranquilidad de un centro de reflexión y concentración, que le den la paz ideal a cada paciente, para su pronta recuperación. La idea es recrear espacios de diferentes lugares comunes, sin recurrir a referentes hospitalarios, por ejemplo, espacios de la casa como las habitaciones, la zona social, un balcón, ir a lo libre de la naturaleza entre parques, cuerpos de agua y texturas, para finalmente cambiar totalmente la percepción de un hospital psiquiátrico tradicional y tener la similitud a un segundo hogar, como lo hacen a lo largo de la vida el colegio o un monasterio.

### **Objetivos específicos**

- Investigar y comprender las necesidades y restricciones que deben tener los pacientes con estos trastornos para evitar inconvenientes en su recuperación.
- Tener en cuenta los objetivos del Mindfulness de autoconciencia en el momento presente para crear adecuadamente el espacio de meditación y el jardín terapéutico, en cuanto a sonido, tacto y visuales. Y tanto el personal como instructores ayudan a mejorar física y mentalmente la salud de los pacientes a través de esta práctica

Vigilada Min. Educación

- Proponer tipología de claustro para tener un gran vacío central que reparta a los diferentes espacios, teniendo relaciones urbano-arquitectónicas internas que pueden contribuir a un mayor control y observación de los pacientes.
- Diseñar fachadas y cubiertas con formas prismáticas que permitan tener espacios con doble altura e inclinaciones que dirijan la visual hacia el río Tunjuelito.
- Revitalizar el río Tunjuelito mediante gaviones de guadua que eviten inundaciones en la ribera del río, con ayuda de plantas de tratamiento y así tener un mejor manejo de ZMPA, que permita diseñar un corredor ecológico y espacios competitivos para la interacción entre usuarios y visitantes.
- Tener un bloque de urgencias en común entre los 4 proyectos implantados en el lote, donde estarán los pacientes en estado más crítico, por lo que requerirán una atención más especializada y rutinaria.
- Generar un análisis normativo de infraestructura sobre los parámetros hospitalarios en Bogotá en el área de psiquiatría.
- Proponer materiales que contribuyan a la tranquilidad y bienestar de los pacientes como la madera y utilizar colores cálidos para la mayoría de espacios. Orientar los espacios para que tengan ventilación e iluminación natural y aprovechar la dirección de los vientos para espacios tranquilos.

### 3. METODOLOGÍA

Con los referentes de las nuevas tendencias para hospitales psiquiátricos visto desde el ámbito técnico y después de la recolección de información, se establecieron los tipos de enfermedades a tratar en el proyecto, es decir los trastornos de personalidad, depresión, ansiedad y la conducta alimenticia, con lo cual se buscó un tratamiento que aportará al mejoramiento de los pacientes, como lo es la meditación mindfulness, definida por Shapiro: “como un conjunto de prácticas que tienen en común el intento de focalizar la atención en el momento presente, de forma no analítica, sin estancarse en pensamientos rumiativos” (Horrillo-Álvarez, B., Marín-Martín, C., & Abuín, M. 2019, p. 99).

Teniendo en cuenta lo anterior y basándose en la charla dada por la profesional en psicología, quien entiende el funcionamiento y características de un hospital psiquiátrico y el proceso que debe llevar un paciente para su pronta recuperación se comenzó a pensar en los diferentes espacios que son necesarios para el equipamiento de salud, es por tal motivo se proponen tres tipos de pabellones secuenciales diferenciados por un color según el estado de riesgo en que entra el usuario (figura 1).

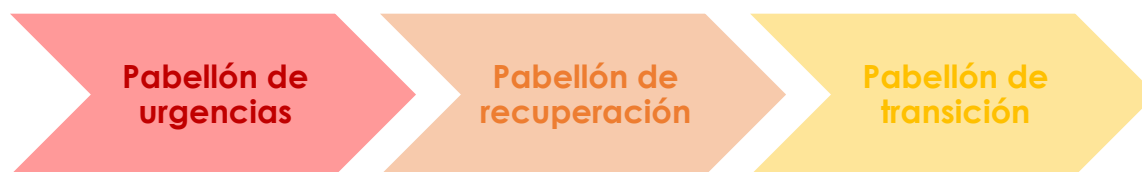


Figura 1: Secuencia de Pabellones

Fuente: Elaboración propia 2021

Vigilada Min. Educación

Así mismo para ordenar y entender mejor el programa planteado para el centro de salud se hace una clasificación en tres grandes grupos: pacientes, personal y espacios complementarios. En el primer grupo se encuentran todos los lugares en el que el paciente puede acceder (habitaciones, comedor, zona de meditación, capilla, jardín terapéutico, sala de cine, talleres de manualidades, zona de pintura); el segundo grupo está dirigido a los espacios pensados especialmente para el personal de trabajo (enfermería, consultorios, área administrativa, archivo general, farmacia, facturación, almacén de suministros, espacio de descanso, habitaciones) y el último grupo hace referencia a las áreas de servicio y para los visitantes (sala de espera, sala y jardín de visitas, recepción, almacenamiento de objetos, cocina, cafetería/tienda, lavandería, baños, cuarto de máquinas).

Para lograr una armonía entre los diferentes lugares se hace un organigrama mostrando las relaciones espaciales que se darían entre cada uno de estos y las interacciones de los usuarios con el espacio (figura 2), entendiendo así las posibles rutinas y recorridos que harán los pacientes, el personal y los visitantes.

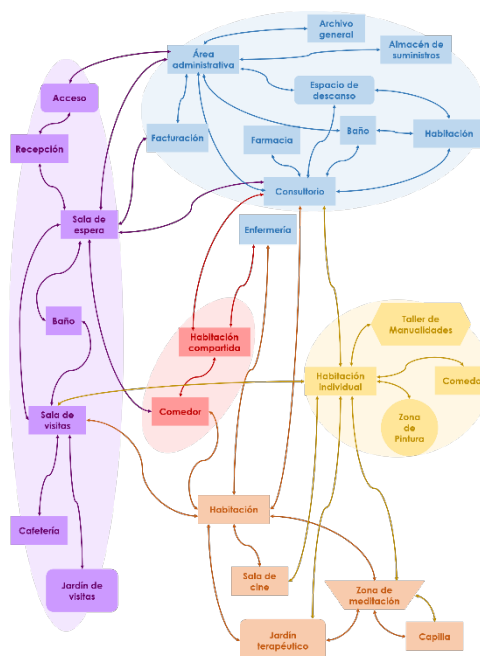


Figura 2: Organigrama relaciones espaciales

Fuente: Elaboración propia 2021

Paralelo a lo anterior se comenzó a pensar en la composición, áreas y proporciones de algunas partes relevantes del proyecto, es por ello que se hacen fichas con referentes, bocetos y volumetría de siete espacios: 1. Zona de meditación, 2. Jardín terapéutico, 3. Sala de cine, 4. Habitación de transición, 5. Espacio de descanso personal, 6. Sala de visitantes y 7. Acceso (figura 3). “Meditar es un estado acrítico de auto-observación. Se observa el pensamiento, pero sin pensar, el sentimiento, sin involucrarse en él, y se observa cualquier contenido cognoscitivo, sensorial, emocional, fisiológico o conductual, de manera pasiva. Puede considerarse una técnica mientras el meditador no ha logrado el estado de conciencia meditativo. Cuando se alcanza, puede inducirse a voluntad, por lo que la técnica- que no es la meditación- deja de ser necesaria.”. (Ardila, J. (2021). Esto permitió dar un primer paso a la percepción, experiencia y sensaciones que se quiere brindar a las diferentes personas que frecuentaran el proyecto, pues se comenzó a contemplar que tipo de colores, texturas y materiales se implementarían, que escala sería la más conveniente para transmitir sensaciones de paz y tranquilidad, y cuales visuales e iluminaciones darían más fuerza al énfasis establecido.



Figura 3: Fichas unidades espaciales

Fuente: Elaboración propia 2021

#### 4. DETERMINANTES DE COMPOSICIÓN

Una vez establecido lo anterior y con la idea de generar un volumen que representa no solo un hospital psiquiátrico, sino que también marque la diferencia, se piensa en un lugar particular en donde el usuario se sienta cómodo y se garantice un buen tratamiento tanto en la técnica como en la forma de la arquitectura, es por ello que se da un vistazo a la promenade architecturale de Le Corbusier traducido como “paisaje arquitectónico” determinado por Salmona (1983) como:

“La visión de conjunto, entre las partes que conforman la arquitectura [...] Cuando la arquitectura deja de crear espacios que evoquen, que extrañen, que encanten y sorprendan ... el paisaje se

Vigilada Min. Educación  
destruye, el lugar deja de ser significativo y la ciudad se deteriora.” (Saldarriaga Sierra, J. 01 de diciembre de 2014. p. 123).

Con esto se entiende que para lograr un diseño completo se debe pensar en cada uno de las áreas que conforman este y se debe contemplar hasta el más mínimo detalle, en las experiencias espaciales, el recorrido, el paisaje, la percepción, la funcionalidad, el uso, la estética y la firmeza, consiguiendo de esta forma leer el proyecto como un todo, como una unidad, pues se debe entender que la ciudad se asimila a la arquitectura porque ambas se componen por elementos, partes y relaciones, que en la primera se relaciona con la composición y en la segunda se establecen con el emplazamiento. (Pérgolis J., Correal-Pachón, G., Eligio-Triana, C., & Paez-Calvo, A. 2016, p. 142). Es de esta forma que se implementa la metodología de composición por partes, para ensamblar las diferentes unidades espaciales propuestas inicialmente.

### ***Implantación***

Después de establecer el lugar de intervención y de realizar un análisis grupal en cuanto a la topografía, la malla vial, la altura promedio de la zona, la normativa que rige en dicho sector, las características físicas y capacidades del suelo, su geomorfología, la resistencia sísmica, la velocidad y dirección de los suelos, las conexiones de redes al acueducto y diagramas de aproximación (figura 4), se distribuyó el lote en cinco fracciones para el desarrollo de un proyecto colectivo, con lo cual también se llegó a la conclusión trabajar de manera conjunta la parte de atención de urgencias del programa (figura 5).

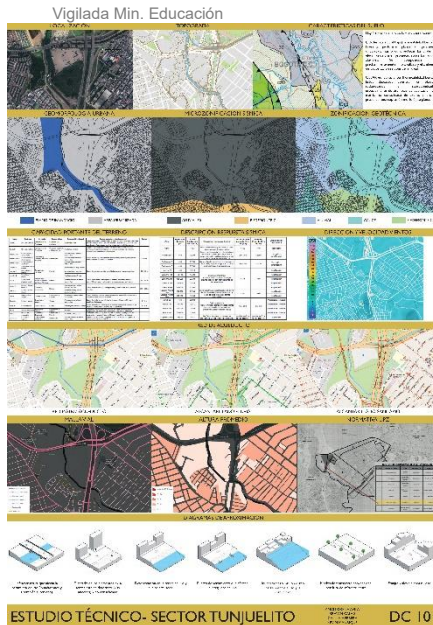


Figura 4: Análisis de lugar

Fuente: Elaboración grupal 2021

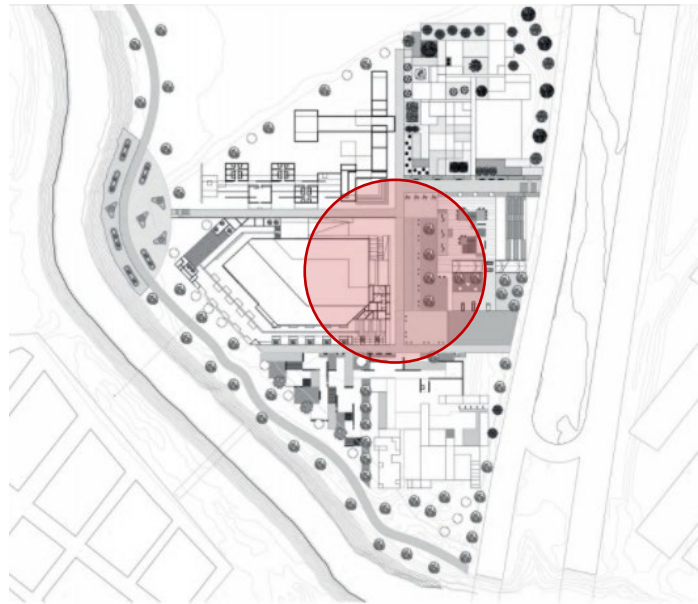


Figura 5: Propuesta urbana general

Fuente: Elaboración grupal 2021

Para empezar con el diseño de la composición primero se pensó en cómo sería la mejor implantación, se decidió que la orientación que tendría el proyecto estaría estrechamente ligada al cuerpo de agua existente, pues es un elemento de la ciudad que se impone fuertemente, basado en esto se estableció que los espacios de mayor relevancia del proyecto, como la zona de meditación, el espacio de visitantes y el área de descanso del personal, debían estar cerca al río, pues es la mejor visual que posee el predio, así mismo se tuvo en cuenta la funcionalidad de los espacios pues según esto tendrían una localización más interna del lote, para cuestiones de brindar calma y tranquilidad, para dar confort en iluminación y ventilación, y se determinó en qué partes se necesitaba mayor vegetación tanto para visual como para técnica de aislamiento térmico y acústico, pues se plantean como un tipo de tratamiento curativo y emocional que apoyara el enfoque principal del proyecto.



## 5. RESULTADOS

### Diseño Urbano:

El río Tunjuelito es la jerarquía en cuanto a la propuesta del diseño, determinando así la rehabilitación de este, generando cuatro usos de salud independientes que conforman un espacio de recorrido hasta la plazoleta central que propone actividades con mobiliarios sonoros y zonas verdes amplias, que determina un punto de comunicación importante entre estos y con el río, en donde a través de recorrido se encuentra actividades recreativas que se convierten en hitos particulares de cada proyecto según sus usuarios. (Ver figura 6)

“Roffé plantea los atributos comunicacionales que poseen los edificios, relacionándolos con la transmisión de información semántica y estética. La primera permite el conocimiento del mundo exterior a través de un sistema de hábitos y expectativas establecidas, en cambio la información estética solo determina en el receptor estados afectivos tales como el agrado o desagrado, el gusto o el disgusto, el placer o la emoción.” (Cedrés de Bello, S. (2000).

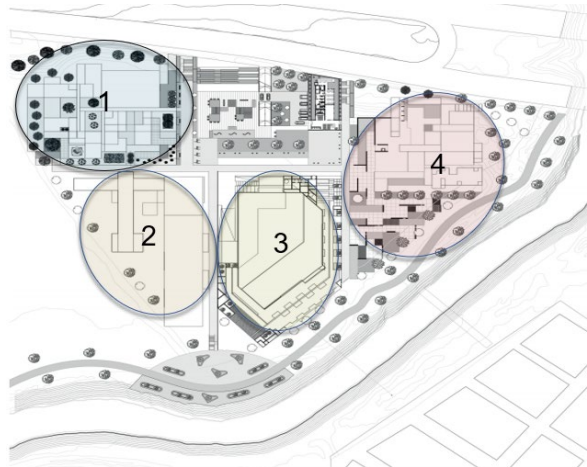


Figura 6: Lotes de intervención

Fuente: Elaboración Grupal Décimo Semestre 2021

Cada predio fue localizado y diseñado en medio del lote para darle prioridad al Centro de urgencia, este les daría continuidad a los procesos psicológico especializado en el cual cada centro de salud se enfoca, se encuentra ubicado por el acceso de la Avenida Boyacá donde se encuentran dos accesos importantes vehiculares y peatonales. Al costado de este se encuentra la plazoleta en donde se diseñan zonas verdes con árboles altos que producen sombra en estos espacios y espacios sensoriales para la dinámica e interacción de las personas.

Las texturas de piso son prioridad en cuanto los recorrido, cada uno indica el centro al cual está indicado, con estas texturas se agrupan diferentes especies de arborización que hacen cada recorrido sea diferentes sensaciones. Cada centro propuesto se enfoca en un tratamiento como son terapias con agua, animales domésticos, deportes y meditación.

Vigilada Min. Educación

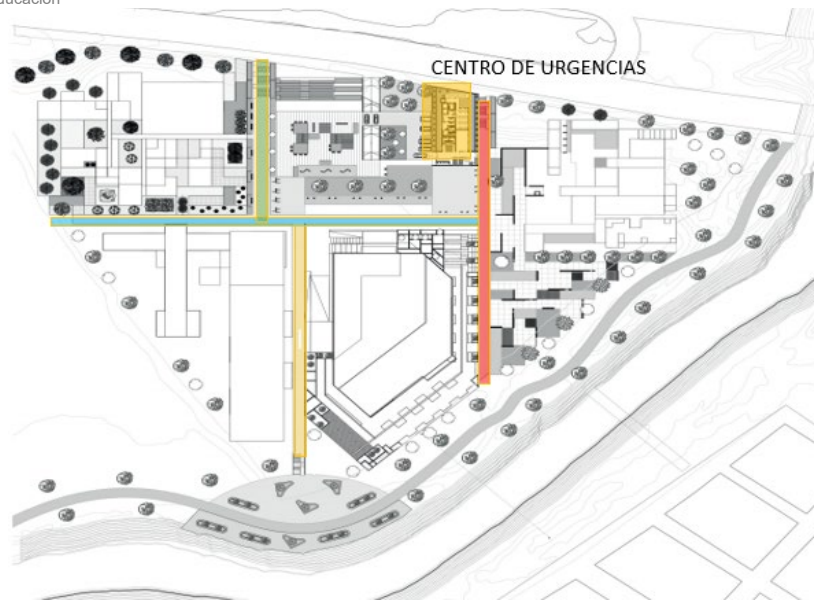


Figura 7: Lotes de intervención

Fuente: Elaboración Grupal Décimo Semestre 2021

Todos los recorridos mostrados en la anterior imagen llevan al río, con el fin de reactivar la ronda peatonal y sus espacios de permanencia que están allí, se usan ciertas tipo de vegetación para controlar el crecimiento del río en épocas de lluvias y delimitar espacios de permanencia.

“El color está presente en todas y cada uno de los componentes de un paisaje; de ese modo contribuye, por un lado, al carácter individualizado de estos y simultáneamente, se constituye como un componente integral en sí mismo, cuando, por sumatoria e integración – por promedio, determina la síntesis cromática de una imagen paisajística: el color ambiental” (Peries, L., Kesman, M. C., & Barraud, S. de L. (2020) p.66).

Vigilada Min. Educación

En el proyecto de meditación se quiere manejar espacios más culturales en donde se vincule una interacción del paciente con el interior, en donde experimente una zona de libertad, calma y armonía con el medio, generando así espacios de recorridos amplios que llevan desde el jardín central que está enfocado en actividades terapéuticos a una zona exterior de arte y pintura donde se pueda transmitir esa unanimidad del espacio urbano con el proyecto arquitectónico.



Figura 7.1: Jardín central

Fuente: Elaboración Grupal Décimo Semestre 2021

## Diseño Arquitectónico

El diseño del objeto arquitectónico partió de la idea de crear un lugar tranquilo, contemplativo y diferente que tuviera en cuenta todos los aspectos investigativos anteriores desde el análisis del sector hasta el del enfoque. La implantación comenzó a través de las determinantes del predio como los ejes reguladores, los cuales permitieron crear la estructura profunda a partir del límite natural o urbano de cada uno de los lados del lote (figura 8). Las dos rejillas son de 5m entre los ejes, pero una es ortogonal y la otra tiene la diagonalidad impuesta por el borde natural del río. De esta guía se pudo establecer la geometrización del lote y establecer la composición desde un volumen puro irregular con un gran vacío central para convertirse en claustro, implementando algunos principios de composición como el equilibrio entre llenos y vacíos, la jerarquía de volumen diagonal que atraviesa todo el vacío, la superposición de espacios entre los sectores donde se encuentran más niveles y las conexiones entre los volúmenes que resultan en espacios triangulares pasan a ser jardines internos complementarios entre los espacios principales (figura 9).

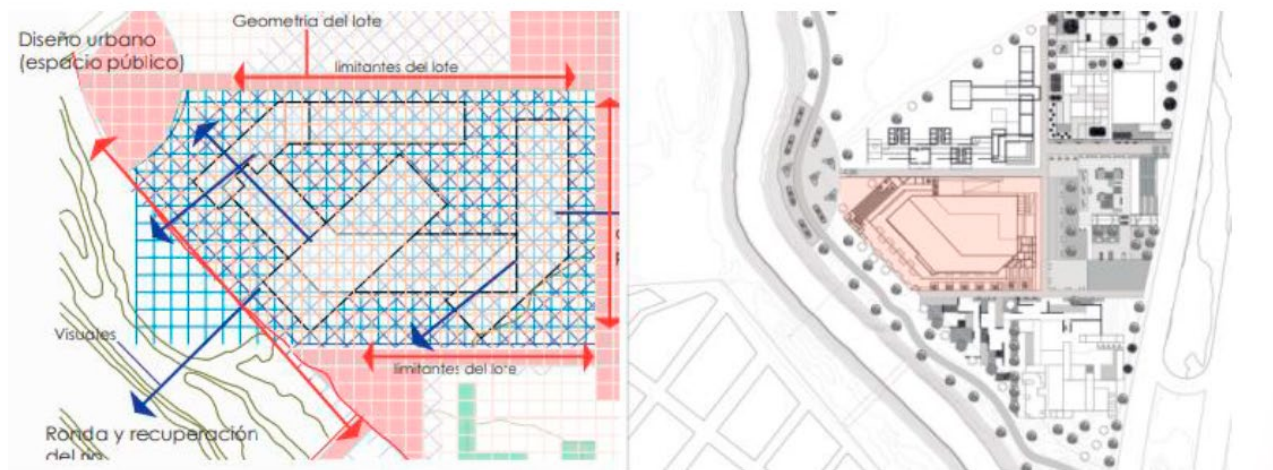


Figura 8: Análisis de lugar      Fuente: Elaboración propia 2021



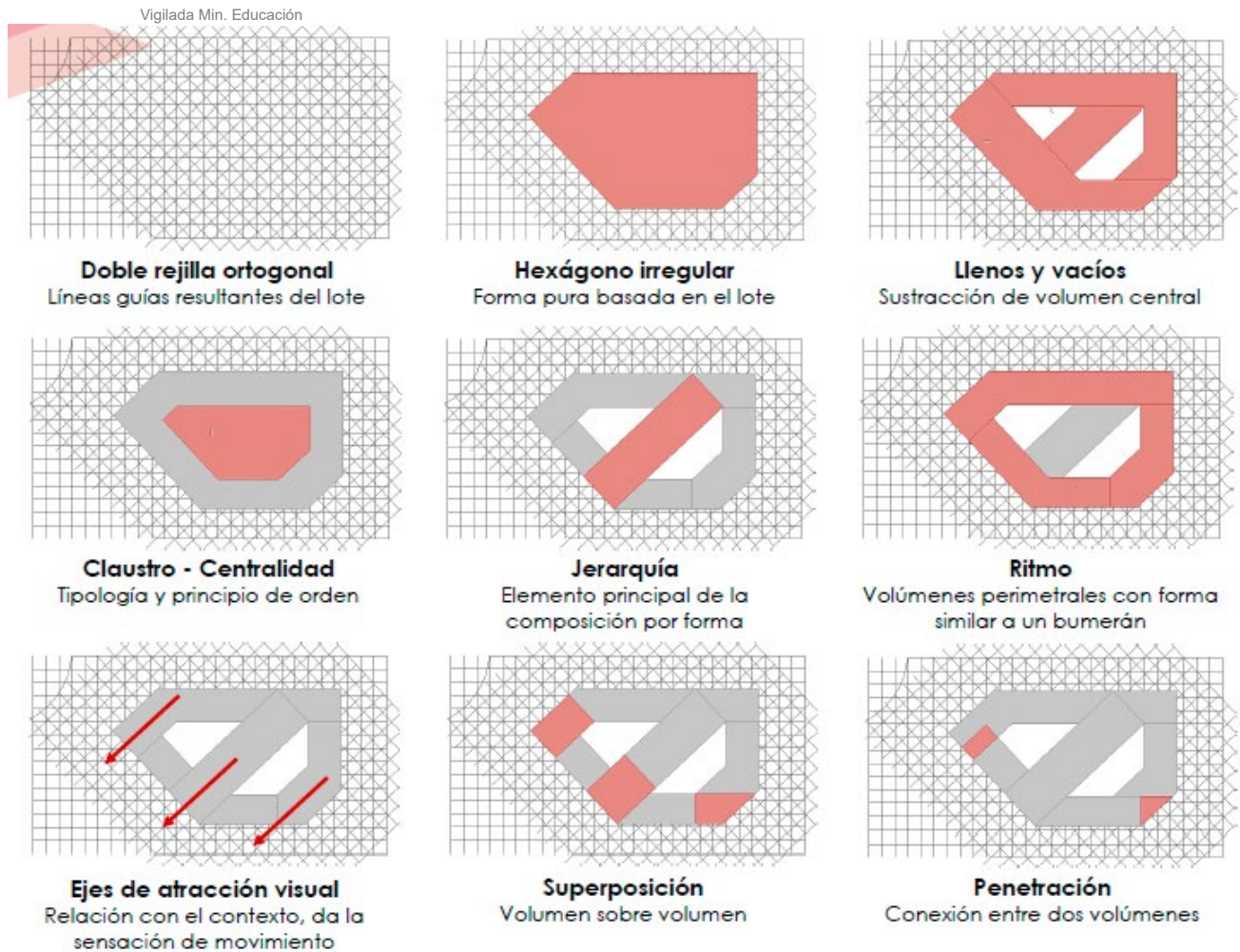


Figura 9: Análisis de composición

Fuente: Elaboración propia 2021

En cuanto a la tipología de claustro se plantea una estructura que genere la sensación de aislamiento y enfoque a un punto central, un núcleo íntimo que permita pensar en el presente, así como propone el Mindfulness (figura#). Es así que alrededor del jardín central de meditación se proponen dos volúmenes con forma similar a un bumerán que permiten

Vigilada Min. Educación

ordenar cada una de las partes y generar relaciones espaciales y visuales, brindando una sensación de tranquilidad y unión en la composición.



Figura 10: Tipología

Fuente: Elaboración propia 2021

Esta tipología también tuvo en cuenta la utilidad que a este se le daba en monasterios, colegios, cárceles y hospitales, porque esta distribución de los espacios en el área perimetral permite una mayor agrupación de los usos y los puede clasificar según las relaciones que se quieren generar sin desvincularlos físicamente, así todo se sigue viendo como una sola unidad, pero los espacios internos están clasificados por sectores según el usuario. En el proyecto Gurú se destacó el tema de los usuarios y clasificación de espacios desde un principio, pues los usuarios van a estar divididos en dos etapas durante el proceso de salud mental. El primero son los pacientes recién ingresados, ya sea que hayan pasado o no por el edificio de atención de emergencias (el edificio en común) según la gravedad, que entran al proceso de recuperación donde tendrán más limitado el acceso a algunos espacios y estarán más controladas las rutinas por el personal. Luego están los pacientes de transición que ya habrán pasado por la etapa de recuperación y estarán en un mejor estado de salud, esto les permitirá un mayor acceso a todos los espacios, menos el administrativo. El personal en general estará en todos los espacios, pero tendrá un volumen específico que le permitirá privacidad, distracción y descanso, por lo tanto, estos usuarios tendrán la misma importancia que los pacientes. Finalmente, los espacios complementarios serán espacios para todos incluyendo los visitantes y el acceso principal. Por eso la subdivisión interna del

Vigilada Min. Educación

claustro a través de volúmenes en forma de bumerán es pensado en las relaciones de usuarios que se quiere lograr (figura#).

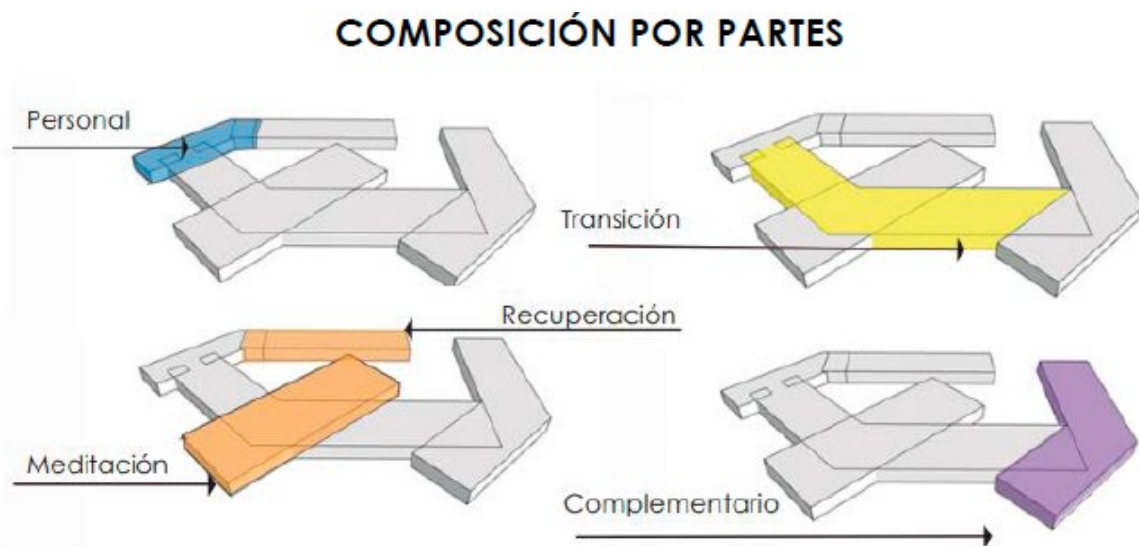


Figura 11: Composición por partes

Fuente: Elaboración propia 2021

El proyecto establece los niveles según la cantidad de espacios necesarios en el sector, obteniendo así 3 diferentes alturas en total. La planta principal está ubicada a 2 metros de altura sobre el nivel 0, con el fin de crear mayor privacidad para los pacientes de recuperación y dar jerarquía al acceso. En este mismo nivel está el gran vacío central con un jardín terapéutico, el cual es diseñado mediante texturas como piedra, madera y zonas verdes que desarrollen espacios sensoriales contemplativos. También en este nivel se encuentran las habitaciones de recuperación junto al comedor, cocina y el segundo piso las habitaciones de transición que son de doble altura. Lo importante en esta planta son los recorridos que llevan a los diferentes espacios, siendo la rampa escalera central el punto de circulación más amplio, para destacar el ascenso al segundo nivel hacia el sector de meditación.



Vigilada Min. Educación

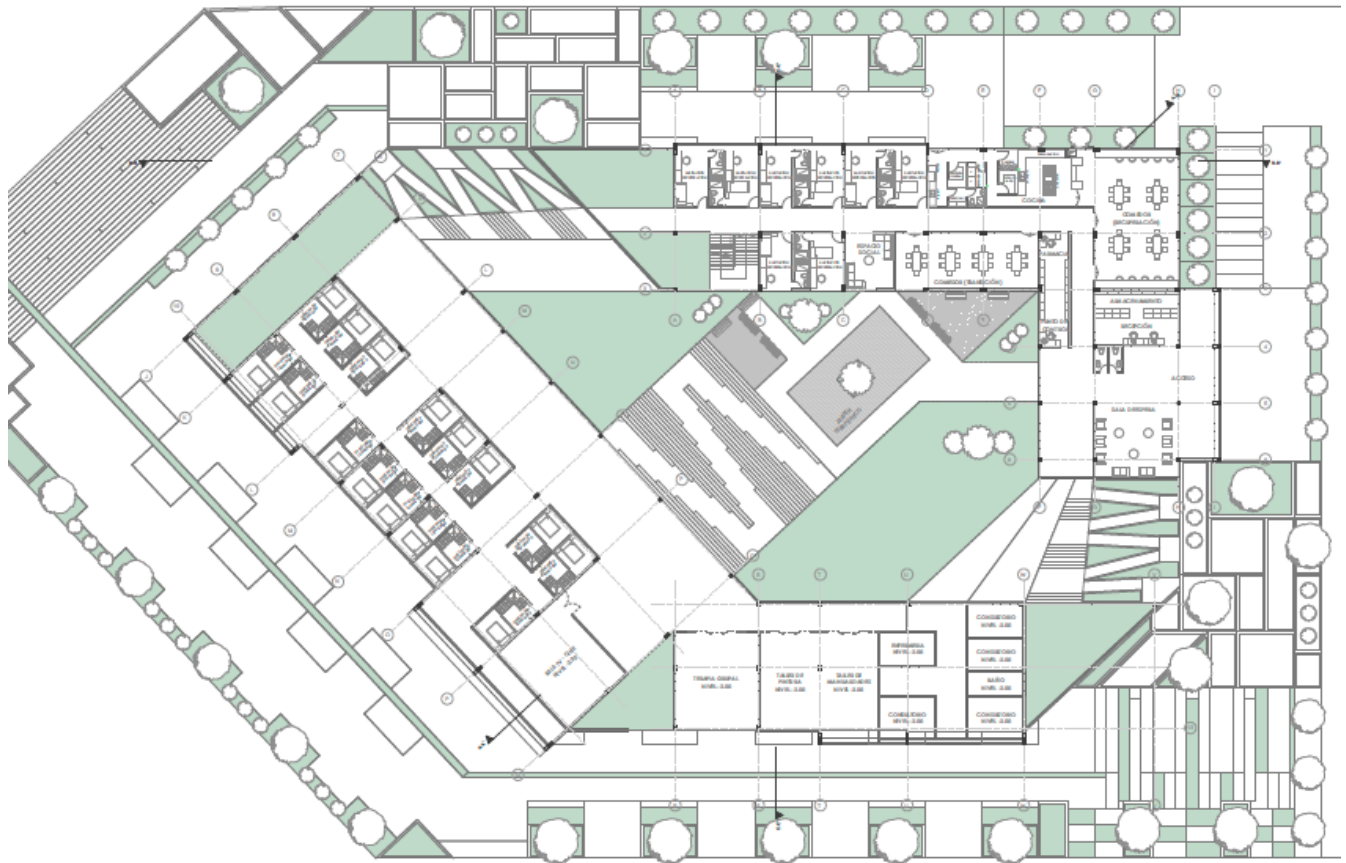


Figura 12: Primera planta

Fuente: Elaboración propia 2021

La idea de crear dos módulos diferentes de habitaciones por el proceso de mejora en el que está el paciente también está reflejada en sus habitaciones, mientras el módulo de pacientes de recuperación tiene un solo nivel, se complementa con baño individual y todo un mobiliario perimetral conformado por cama, closet y escritorio, dejando el espacio restante libre y con un gran ventanal para ventilación e iluminación. Las habitaciones de transición cumplen con los mismos parámetros que la de recuperación, con la excepción de que estos son doble altura generando dinamismo, cuenta con un lugar extra que el paciente puede usar según su gusto logrando afinidad y apropiación por el sitio, puede ser con un sofá

tipo sala de estar o un escritorio para lectura, incluso un altar para realizar la práctica de la meditación y en el segundo nivel se encuentra el dormitorio, un lugar más privado y tranquilo. Ambos módulos implementan la madera como elemento principal ya que produce calma en los pacientes y reduce el estrés. Para el diseño de estos espacios se tuvo en cuenta algunas determinantes importantes citadas en el siguiente texto:

- “Se necesita de un instructor o supervisor de ejercicios, durante los estadios iniciales de la práctica. En practicantes avanzados, se suele aceptar la realización de los movimientos sin supervisión.
- La locación que se escoja para la práctica, ya sea individual o colectiva, debe contar con algunos elementos o condiciones sonoras que permitan la concentración de los practicantes. Estas condiciones son indispensables en practicantes inexpertos, o personas que aún no logran una adecuada concentración.” (Escobar, E., Serrano, K., Villavicencio, L., Gallegos, P., 2019.)



Figura 13: Detalle habitaciones

Fuente: Elaboración propia 2021

En el segundo nivel del proyecto se sitúan los 3 espacios más representativos del concepto general (Figura 14), pues estos se encargan de dirigir la visual hacia el río, generando tranquilidad, confort, integración entre lo urbano arquitectónico y divisiones en el espacio mediante el mobiliario. En el ala central se encuentra el espacio Mindfulness, allí los pacientes tendrán prácticas grupales. Un lugar para recordar quienes somos. Se plantea un volumen arquitectónico en forma de prisma irregular, con doble altura y grandes aberturas para brindar una conexión visual hacia la naturaleza. Cuenta con una zona de terapia grupal,

Vigilada Min. Educación

una capilla para aquellos que quieran tener una conexión más espiritual y por lo cual este espacio es más confinado, la visual y la iluminación se encuentran en una línea cenital en la cubierta y una zona exterior (Figura 15).

En un principio estos 3 ejes o a las principales fueron la justificación para plantear diagonales en fachada, para unirlos como una fusión de prismas que a su vez conforman uno solo, de ahí cada espacio se articuló con otro y entre ellos quedaron los espacios complementarios. En la envolvente el prisma planteó grandes cristales como ventanas, que dieran la sensación de transparencia e iluminación en todos los espacios y los ejes donde se encuentran los servicios y recorridos se alargan como huella en la cubierta y bajan como celosía en la fachada, creando un ritmo que le da forma y color al proyecto.

“La forma arquitectónica es el punto de contacto entre la masa y el espacio ... Las formas arquitectónicas, las texturas, los materiales, la modulación de luz y sombra, el color, todo se combina para infundir una ciudad o espíritu que articule el espacio. La ciudad de la arquitectura estará determinada por la maestría que el diseñador despliegue al utilizar y relacionar estos elementos tanto en los espacios interiores como en los que envuelven los edificios". (Edmund N. Bacon 1974 The Design of Cities 1974.)

Vigilada Min. Educación

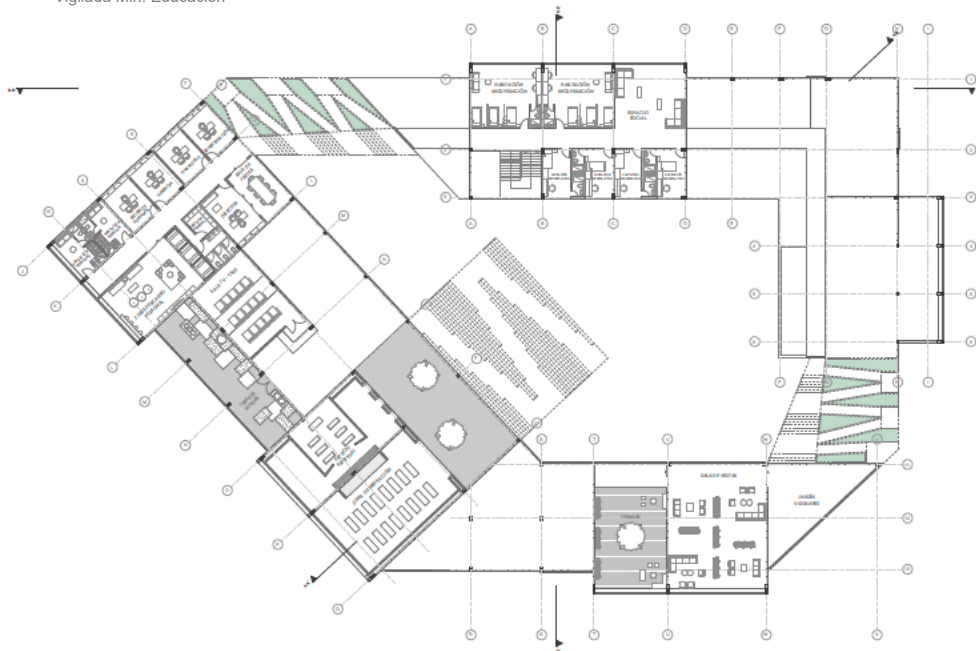


Figura 14: Segunda planta

Fuente: Elaboración propia 2021



Figura 15: Espacio mindfulness

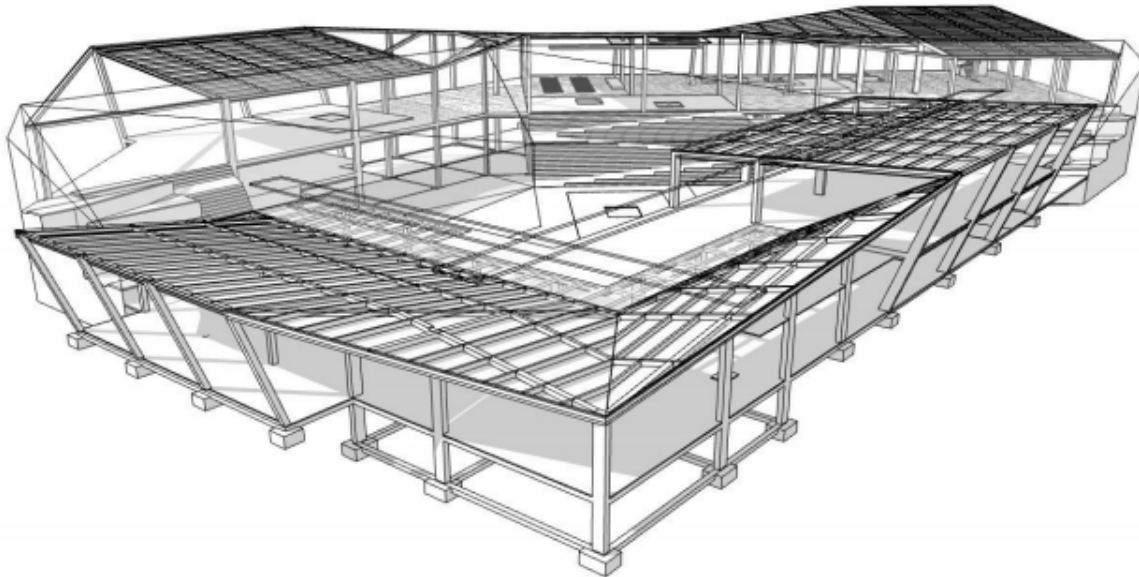
Fuente: Elaboración propia 2021

## Diseño constructivo

El diseño de soportes estructurales está propuesto con unas zapatas aisladas de concreto reforzado de 1 metro x 1.20 metros, con un sistema estructural aporticado y entrepisos aligerados en concreto y poliestireno. La mampostería estructural está ubicada en zonas privadas como son los cuartos, baños y cocinas, en espacios abierto de meditación se utilizan perfilería metálica con el fin de mantener la estructura a la vista y que empalme con traga luces en las cubiertas y de igual modo con los grandes ventanales de vidrio templado.

La celosía es un tema importante debido a fuertes exposiciones al sol que queda el proyecto, este es un material en madera utilizado en algunas fachadas flotantes de piso a techo, pernada a la estructura de concreto. (Ver Figura 15). Este material es la base en este proyecto por ser reductor de estrés y con el respaldo de la investigación hecha por la revista AUS donde resalta que. “El modelo con mayor aceptación corresponde a la Sala Multifuncional B, la cual cuenta con 40% de superficie de madera integrada. En ella, el 93% de los encuestados afirmó que sí permanecería dentro de ese recinto. Esto concuerda con el estudio realizado por Tsunetsugu (2007) que afirma que las personas muestran una preferencia por recintos cuyas superficies integran 45% de madera. De acuerdo con los resultados entregados, la hipótesis de esta investigación resulta ser verídica debido a que la posición de la madera, como el color y las dimensiones del espacio, modifican la aceptación y la descripción del espacio visual que se está estudiando, como también la preferencia entre un espacio que integra madera en comparación con un espacio que solo integra superficies blancas.” (Espinoza-Sanhueza, C., Piderit-Moreno, M., Blanchet, P., & Lihra, T. (2020).

Vigilada Min. Educación



Grafica 15: Axonometría estructural

Fuente: Elaboración propia 2021

Las cubiertas son gran fuente de iluminación natural así que se utilizó insolases en los espacios de meditación con soportes metálicos, en los cuartos el proyecto se enfocó en tener la iluminación a partir de ventanales en las fachadas y manejar una ventilación en el interior de claustro para así ser distribuido en el primer piso por todo los cuartos y espacios de meditación, la estructura es una estructura convencional con el fin de ser mostrada y que interactúe más con el medio que lo rodea . (Ver Figura 16)





Figura 16: Corte fachada

Fuente: Elaboración propia 2021

## DISCUSIÓN

El proyecto gurú plantea una manera diferente de abordar el tema de la atención mental en Colombia, a través de espacios y sensaciones diferentes, creando de esta manera una experiencia introspectiva en el usuario e intentando que la persona a través de la meditación y métodos alternativos encuentre el origen de los problemas que lo aquejan y que paulatinamente pueda ir avanzando en la solución de los mismos, por medio del apoyo y la guía especializada del personal encargado pero principalmente con el fortalecimiento de si mismo de una manera física y mental.



Vigilada Min. Educación

Para lograr esta difícil tarea el proyecto se aborda desde las diferentes escalas entendiendo que no solo es necesario un recinto específico para realizar dichas labores si no que el espacio que rodea dicho recinto debe cumplir con los mismos preceptos, ayudando a conectar la ciudad con el proyecto y entendiendo como esta debe hacer parte en el proceso de la recuperación de los pacientes, generando de esta forma un espacio aislado para quien lo necesite pero a la vez articulado con el entorno en el que se encuentra.

De esta forma se logra un proyecto que no solo le aporte a la ciudad en el aspecto hospitalario si no que ayude a crear ciudad, a través de espacios pensados en revitalizar el sector y generar apropiación del espacio público, recuperando el ambiente natural que genera el río y aprovechándolo para generar espacios de contemplación y esparcimiento. “Las acciones voluntarias dirigen nuestra atención hacia el interior, no teniendo otro objetivo además de la contemplación y, cuando la alcanzamos, alcanzamos la verdadera contemplación. Tenemos, así, las acciones necesarias que contemplan con los “ojos”, cuando en verdad deberían contemplar con la Inteligencia (acciones voluntarias). De esta manera, los artistas, cuando producen una obra de arte, quieren no solamente ver y contemplar el objeto en si, sino también ver y contemplar lo que está por detrás de ese objeto, o sea, lo que su forma revela o desvela. Es necesario, pues, inteligir junto al objeto para que el mismo no sea entendido solamente como una forma simétrica, sino como la revelación de algo que antecede a esta forma. (Marinho Nogueira, Maria Simone (2005). P.33)

De esta misma manera el proyecto entiende las necesidades espaciales para que las personas puedan llegar a este estado de meditación, proporcionando espacios amplios, entendiendo que los materiales juegan un rol importante en este aspecto y aplicándolos de distintas maneras de acuerdo a la vocación que posee cada uno de los espacios, diferenciando espacialmente entre las distintas etapas de

Vigilada Min. Educación

recuperación que puede tener un paciente pero generando una unidad en el proyecto haciendo que estas barreras sean casi intangibles.

Para esto el aspecto técnico y tecnológico juega un papel importante, entendiendo como funciona cada espacio y como a través de decisiones técnicas y arquitectónicas se pueden lograr estas intenciones, generando los distintos cambios de nivel, utilizando diferentes intenciones entre planos llenos, vacíos, transparentes, translucidos, inclinados, rectos para así lograr lo que cada espacio quiere transmitir.

## 6. CONCLUSIONES

El objetivo de rehabilitar el río es una prioridad importante que se lleva perdiendo en Colombia mucho tiempo, donde en vez de ver debilidades o amenazas deben convertirse en oportunidades y fortalezas, este enfoque trámite propósito en apropiarse del lugar y no volverse un esquema más de la zona, sino al contrario hacerlo parte del diseño y que el río les aporte a los proyectos una ventaja de diseño, para ello se conectó la ciudad desde una avenida principal hasta él, convirtiendo así los proyectos una forma de bienvenida al espacio cultural que se propone del río en donde se generan actividades que cambien el pensamiento cultural de contaminación y abandono.

“La idea de este nuevo sentido es promover que la gente se apropie de los lugares, y fuera de la identidad que forman en sí mismos, participen en su valoración como espacio cultural vivido en la ciudad, reivindicando el significado de los espacios urbanos vividos a través de sus prácticas tradicionales para la sostenibilidad de los territorios, a fin de contribuir a la construcción de urbanismos participativos.”  
(Contreras-Lovich H. N. 2016, p.21)

Vigilada Min. Educación

En relación a este objetivo el centro hospitalario enfocado en la meditación maneja un diseño de Claustro en donde da un punto de control para su pacientes, pero que a la vez deja que interactúe con actividades que en un principio son enfocados a las nuevas intervenciones urbanas, esto lo logra con las actividades de espacios con grandes ventanales que conectan lo visual a la mente, otros como el arte y la pintura al transmitir sus ideas y pensamientos al ver el cambio cultural que se ve con la interacción del río.

Los trastornos de pacientes con la personalidad, alimenticios y depresión lleva al proyecto a crea espacios apartados de todo tipo de contacto exterior en donde se determinan punto de meditación y reflexiones personales que interactúan con materiales cálidos como la madera en diferentes aspectos, grandes insulares y zonas de lecturas que permitirán privacidad en el paciente.

Los materiales del sistema constructivo se enfocan más en las envolventes para lograr estar paz y calma en los pacientes, incluyendo grandes espacios con luces grandes así impidiendo encontrar cerramientos con materiales macizos y mejor con materiales livianos como son los grandes ventanales, que permita la interacción con los aspectos naturales.

“Así, como artista, el arquitecto es capaz de intuir, alumbrar y hasta de “imprimir” en el espacio – sirviéndose de muy variados eleven-tos materiales y estructuras– dimensiones de la realidad, e incluso del propio ser humano, que pueden permanecer ocultas o inaccesibles a los científicos y a los técnicos.” (Álvarez-Álvarez, J. J. (2019). p.60).

Para finalizar el diseño se define en la integración a reavivar elementos urbanos que hacen que los espacios en la salud mental se disipen y vuelvan una armonía en tanto el tratamiento como el cambio cultural, unificando estos factores se logra apropiar del espacio propio de la salud y la arquitectura.

Vigilada Min. Educación



Figura 17: Render general

Fuente: Elaboración propia 2021

Figura 18: Render general

Fuente: Elaboración propia 2021







Figura 19: Render general

Fuente: Elaboración propia 2021



Figura 20: Render general

Fuente: Elaboración propia 2021



Figura 21: Render fachada

Fuente: Elaboración propia 2021

## AGRADECIMIENTOS

Gracias a mi mamá Lesmi Herrera por su apoyo, esfuerzo y paciencia durante el proceso de mi carrera, mi principal motivación para ser cada día mejor y cumplir cada meta que me propongo, agradezco a mi hermana Antonela por brindarme su alegría y compañía en estos años, en general a toda mi familia, mis tías y mi abuela, porque siempre estuvieron presentes dándome su amor y sus consejos que me ayudaron a superar cada reto propuesto. Y finalmente a mi abuelo, que fue un padre para mi y no me alcanzan las palabras para agradecerle todo el esfuerzo y apoyo que hizo para verme feliz, quiero darle gracias por cuidarme y haberme hecho la persona que soy hoy, cumpliendo la meta de ser una excelente profesional.

## REFERENCIAS

Álvarez-Álvarez, J. J. (2019). Apuntes para el repensamiento de la enseñanza de la arquitectura: la cuestión epistemológica y la necesidad de una razón ampliada. *Revista de Arquitectura*, 21(2), 57-67. <https://doi.org/10.14718/RevArq.2019.21.2.1917>

Ardila, J. (2021). Fundación Dialnet (Dialnet foundation). Dialnet. Database. Renaissance And Reformation, 43(4), 243. <https://doi.org/10.33137/rr.v43i4.36398>

Arquitectura Hospitalaria 2021. Cuenca Montes. Cuenca Montes. (2021). Recuperado en 01 de junio de 2021, de <https://www.cuencamontes.es/servicios/arquitectura-hospitalaria/>.

Cedr s de Bello, S. (2000). Humanización y Calidad de los Ambientes Hospitalarios. *Revista de la Facultad de Medicina*, 23(2), 93-97. Recuperado en 01 de junio de 2021, de [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0798-04692000000200004&lng=es&tlng=es](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-04692000000200004&lng=es&tlng=es).

Contreras-Lovich H. N. (2016). La representación social del espacio público para el diseño y la gestión de territorios sostenibles: una propuesta teórica práctica y metodológica para un urbanismo participativo. *Revista de Arquitectura (Bogotá)*, 18(1), 18-34. <https://doi.org/10.14718/RevArq.2016.18.1.3>



Edmund N. Bacon 1974 The Design of Cities, Estados Unidos, Vinking Penguin Inc.

Escobar, E., Serrano, K., Villavicencio, L., Gallegos, P., (2019). Utilización de yoga como terapia alternativa en el tratamiento del estrés, mitos y realidades. Revista Cubana de Medicina Militar, 48(4), e336. Epub 01 de diciembre de 2019. Recuperado en 06 de julio de 2021, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-65572019000400014&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572019000400014&lng=es&tlng=es).

Espinoza-Sanhueza, C., Piderit-Moreno, M., Blanchet, P., & Lihra, T. (2020). Impacto en el confort visual y bienestar: integración de revestimientos en madera.. AUS [Arquitectura / Urbanismo / Sustentabilidad], (27), 66-79. doi: <http://revistas.uach.cl/index.php/aus/issue/view/489/AUS-27>

Horrillo-Álvarez, B., Marín-Martín, C., & Abuín, M. (Julio de 2019). La adherencia al entrenamiento en meditación mindfulness con registro en papel y en aplicación móvil. *Clínica y Salud*, 30(2), 99-108. doi: <https://doi.org/10.5093/clysa2019a15>

Marinho Nogueira, Maria Simone (2005). Contemplación y Belleza en Plotino. Anales del Seminario de Historia de la Filosofía, 22, 33. Recuperado en 01 de junio de 2021, de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=361133106013>

Peries, L., Kesman, M. C., & Barraud, S. de L. (2020). El color como componente paisajístico en los catálogos de paisaje urbano. Revista de Arquitectura (Bogotá), 22(1). 58-66. <https://doi.org/10.14718/RevArq.2020.2824>

Vigilada Min. Educación

Pérgolis J., Correal-Pachón, G., Eligio-Triana, C., & Paez-Calvo, A. (2016). Aprendizaje, composición y emplazamiento en el proyecto de arquitectura [Revisión de libro]. *Revista de Arquitectura*, 18(1), 140-142. doi: <https://doi.org/10.14718/RevArq.2016.18.1.12>

Saldarriaga Sierra, J. (01 de diciembre de 2014). “No es simplemente la promenade architecturale”: interpretaciones sobre Le Corbusier y Rogelio Salmona. *Dearq*, 15, 116-129. doi: <https://doi.org/10.18389/dearq15.2014.09>

Tavera, M. A. (1 de diciembre de 2014). *Arquitectura para el bienestar*. Obtenido de Revista Salud Coomeva: <https://revistasaludcoomeva.co/arquitectura-para-el-bienestar/>

Tiempo, C. (2021). *Diseños que generan bienestar 'Arquitectura curativa' para alimentar el espíritu..* Portafolio.co. Recuperado en 01 de junio de 2021, de <https://www.portafolio.co/economia/finanzas/disenos-generan-bienestar-arquitectura-curativa-alimentar-espiritu-250122>.